Aufbauanleitung
& Bedienungsanleitung
AT – Relax 1

Atropa Wellness
Tel: 01 / 77 42 858
office@atropa.at
www.atropa.at

© Atropa Wellness 2013

Inhaltsverzeichnis

1. EINLEITUNG 2
2. AUFBAUANLEITUNG 2
   2.1. Vor dem Aufbau 3
   2.2. Standortwahl 3
   2.3. Aufbau in einzelnen Schritten 4
      2.3.1. Komfortliege 4
      2.3.2. Boden 5
      2.3.3. Rückwand, Seitenwände und Frontwand 6
      2.3.4. Türgriff 9
      2.3.5. Dach 9
      2.3.6. Glastür 10
      2.3.7. elektrische Anschlüsse 10
3. BEDIENUNG DER INFRAROTKABINE 11
   3.1. Einschalten / Ausschalten 11
   3.2. Einstellen der Zeit 11
   3.3. Ändern der Temperatur 12
   3.4. Intensitätssteuerung 12
   3.5. Leselicht 12
   3.6. Infrarotstrahler einzeln einschalten / ausschalten 12
   3.7. Belüftung 12
   3.8. Farblicht (optional) 13
   3.9. Radio (optional) 14
   3.10. Aromatherapie (optional) 17
4. PFLEGE UND WARTUNG 18
5. ANWENDUNGSPLAN UND TIPPS 18
   5.5. Therapieplan 19
6. SICHERHEITSBESTIMMUNGEN UND HINWEISE 20
7. FEHLERBEHEBUNG 22
8. TECHNISCHE DATEN 24

1. EINLEITUNG

Herzlichen Glückwunsch zum Erwerb einer Infrarotkabine von Atropa Wellness.
Ab heute können Sie die wohltuende Tiefenwärme genießen und den Tag mit einer Sitzung in Ihrer eigenen Infrarotkabine entspannt ausklingen lassen.

Sie haben ein hochwertiges Produkt erworben, das nach neuesten physiotherapeutischen Erkenntnissen konzipiert wurde. Sollten bezüglich der vorliegenden Anleitung Fragen bezüglich des Aufbaus oder der Bedienung auftauchen, so zögern Sie bitte nicht, uns anzurufen oder eine E-Mail zu schicken.

Die Infrarotkabine besteht im Wesentlichen aus einer Holzkabine, einer Komfortliege, Infrarotstrahlern und einem Kontrollsystem. Die Kabine beinhaltet (von außen mit Sicht auf die Liegegesehen) eine Rückwand, eine geteilte linke Seitenwand, eine Frontwand mit halbrundem Fenster, eine Glastür, eine rechte Seitenwand mit Display, eine Komfortliege, einen Tisch (zugleich Sitzplatz), einen Boden und ein Dach. Alle Hauptfunktionen der Infrarotkabine sind über das Display innen und außen zu bedienen.

Die zusätzliche Ausstattung variiert je nach Modell und Ausführung.

2. AUFBAUANLEITUNG

2.1. Vor dem Aufbau

Bitte lesen sie sich vor dem Aufbau sorgfältig die Aufbauanleitung durch.
Zum Aufbau der Infrarotkabine sind in der Regel zwei Personen erforderlich.

Zum Aufbau Ihrer Infrarotkabine benötigen Sie folgendes Werkzeug:

Kreuzschraubenzieher
Leiter oder Hocker
Sechskantschlüssel (Inbus) 4 mm

Der Stromanschluss der Infrarotkabine befindet sich am Dach (links hinten) und ist etwa drei Meter lang.

Sie benötigen die einzelnen Teile in folgender Reihenfolge:

1. Bodenplatten
2. Rückwand
3. Seitenwände
4. Komfortliege
5. Tisch
6. Glastür
7. Frontwand
8. Dach

2.2. Standortwahl

Bitte beachten Sie bei der Standortwahl folgende Anforderungen:

- Der Untergrund sollte möglichst eben sein.
- Die Steckdose muss leicht zugänglich sein.
- Der Standort muss trocken und eben sein.
- Der Standort muss in sicherem Abstand zu Spritzwasserquellen sein (z.B. im Bad).
- Die Infrarotkabine muss einen Sicherheitsabstand von 1 cm zu den Wänden und anderen Einrichtungsgegenständen haben und die Luft muss zirkulieren können.

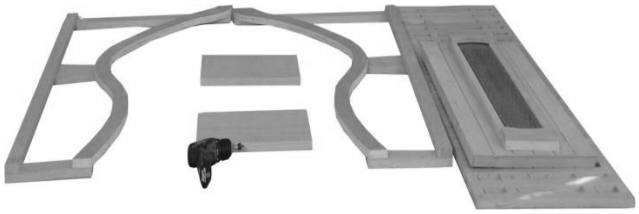
2.3. Aufbau in einzelnen Schritten

Der Aufbau Ihrer Infrarotkabine erfolgt in einzelnen Schritten, die nacheinander auszuführen sind. Sollten sie beim Aufbau Bedenken haben, kontaktieren Sie uns bitte:

Telefon: 01 / 77 42 858 E-Mail: office@atropa.at

Schließen Sie das Stromkabel bitte erst nach vollständiger Montage an das Stromnetz an!

2.3.1. Komfortliege



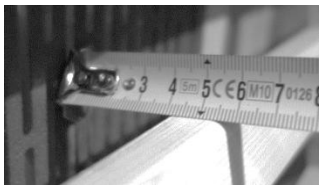
Die Komfortliege der Infrarotkabine wird erst vor dem Einbau der Frontwand benötigt, Sie können sie zu Beginn oder erst zu einem späteren Zeitpunkt zusammenbauen, jedenfalls vor Einbau der Frontwand.

Von einem Zusammenbau der Liege in der fertigen Kabine wird aus Platzgründen abgeraten.

Zu Beginn verbinden Sie bitte die beiden vorgefertigten Rahmen der Liege mit den beiden Brettern mit Hilfe der 8 Metallschrauben mit metrischem Gewinde (aus dem Säckchen mit der Aufschrift „screw for lay-down bench support“).

Anschließend befestigen Sie den Rückenstrahler samt Holzplatte mit den 4 Holzschrauben (aus dem Säckchen mit der Aufschrift „screw for lay-down bench surface“). so an den Rahmen, dass das rote Infrarotstrahlergitter nach oben zeigt.

Danach können Sie die bereits vorverbundenen Sprossen auf den Rahmen anbringen. Beginnen Sie am besten oben mit den beiden ersten Holzschrauben und arbeiten sich langsam nach unten. Achten Sie darauf, dass der Überhang der Sprossen auf beiden Seiten gleich groß ist und die Schrauben mittig in den Rahmen geschraubt werden.



Messen Sie jetzt bitte den Abstand von dem roten Infrarotstrahlergitter bis zu den Sprossen. Der Mindestabstand bis zum Holz darf 4 cm nicht unterschreiten. Gegebenenfalls erhöhen Sie den Abstand durch Herabsetzen des Rückenstrahlers samt Holzplatte.

2.3.2. Boden

Beginnen Sie jetzt mit dem Zusammenbau der Holzkabine. Sollten Sie nicht genügend Platz für den Zusammenbau haben, so können Sie bei entsprechendem Bodenbelag (Parkett, Laminat) den Aufbau neben dem gewünschten Aufstellungsort vornehmen und die Infrarotkabine anschließend vorsichtig verschieben. Beginnen Sie bitte mit der Bodenplatte. Legen Sie dazu die Bodenplatte auf den

gewünschten Standort.

2.3.3. Rückwand, Seitenwände und Frontwand

Bitte beachten Sie, dass die Infrarotkabine erst Ihre volle Stabilität erhält, wenn das Dach fertig montiert ist. Bitten Sie im Zweifel eine dritte Person die noch nicht fertig montierten Elemente zu sichern. Achten Sie darauf, dass Sie keine Kabel einklemmen. Stellen Sie die Rückwand mit dem Infrarotstrahler nach innen auf die Bodenplatte in die dafür vorgesehene Aussparung. Dabei sollte die Rückwand seitlich mit den Leisten der Bodenplatte abschließen.

Als nächstes heben Sie den hinteren Teil der linken Seitenwand (schräger Infrarotstrahler, Schalter über dem Strahler, Kabel unten innen) auf die Bodenplatte und verbinden ihn mit der Rückwand. Dazu heben Sie eine Wand an, bis die Metallbolzen in der Höhe der Löcher der Einhängevorrichtung sind. Drücken Sie die Wand herunter und achten Sie darauf, dass die Metallbolzen in den Einhängevorrichten einrasten.

Heben Sie jetzt den vorderen Teil der Seitenwand auf die Bodenplatte und verbinden es mit dem hinteren Teil der Seitenwand.

Anschließend heben Sie die rechte Seitenwand (mit dem Display) auf die Bodenplatte und verbinden sie mit der Rückwand.

Die Seitenwände, Rückwand und Frontwand müssen oben plan abschließen.

Stellen Sie jetzt die fertig montierte Liege auf den vorgesehenen Platz und verbinden Sie die alle Steckverbindungen.

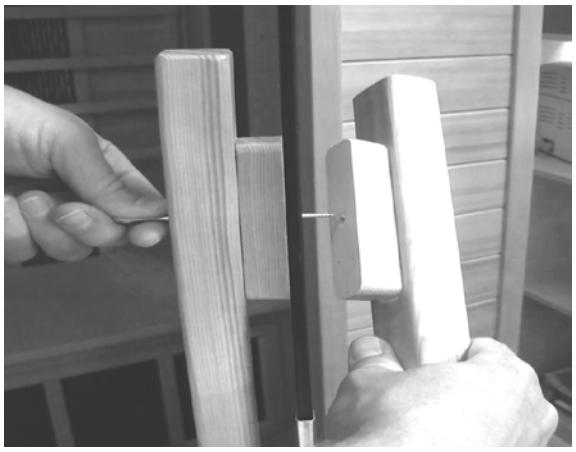
Stellen Sie den Tisch zwischen die Liegen an die Rückwand.

Heben Sie jetzt die Glastür mit dem Rahmen auf die Bodenplatte und verbinden ihn mit der Seitenwand.

Achtung: Achten Sie darauf, dass sich aufgrund der Neigung nicht versehentlich die Glastür öffnet!

Anschließend verbinden Sie die Frontwand mit dem halbrunden Fenster sowohl mit dem linken Teil der Frontwand, als auch mit der rechten Seitenwand. Die Metallbolzen müssen vollständig in die Einhängevorrichtungen einrasten, bis die Frontwand und die Seitenwände plan abschließen.

2.3.4. Türgriff



Montieren Sie jetzt bitte den Türgriff. Dazu stecken Sie eine Schraube durch das Loch des Innengriffs und das Loch der Glastür. Stecken Sie den weißen Sicherungsring auf die Schraube, so dass er im Loch der Glastür verschwindet. Schrauben Sie jetzt den Außengriff an.

2.3.5. Dach

Heben Sie jetzt das Dach mit den Lampen nach unten auf die fest verbundenen Wände. Der Radio befindet sich näher der Glastür, die Lüftung näher der Rückwand.

Stecken Sie die aus den Wänden kommenden Kabel durch die vorgesehenen Öffnungen im Dach. Achten Sie darauf, dass kein Kabel eingeklemmt wird.

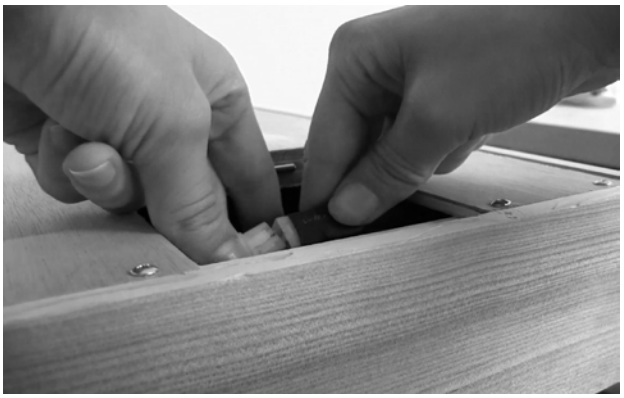
Mit den langen Schrauben können Sie, falls notwendig, das Dach herunterschrauben.

2.3.6. Glastür

Ziehen Sie bitte die Schrauben der Scharniere der Glastür mit Hilfe des 4 mm Sechskantschlüssels (Inbus) nach.

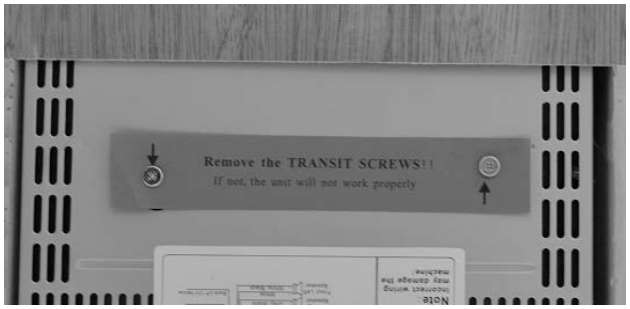
Gegebenenfalls können Sie die Glastür noch feinjustieren, indem Sie alle Schrauben ein wenig lockern und, am besten zu zweit, die Glastür einrichten.

2.3.7. elektrische Anschlüsse



An der Oberseite der Infrarotkabine befinden sich die elektrischen Anschlüsse.

Verbinden Sie die Steckverbindungen in den kleinen Schächten. Beachten Sie, dass in dem großen Schacht über dem Display zwei Steckverbindungen verbunden werden müssen.



Nachdem Sie alle Stecker verbunden haben entfernen Sie bitte noch die beiden Transportsicherungsschrauben an der Oberseite des CD-Players, welcher sich im großen Schacht befindet, da die CD ansonsten nicht richtig eingezogen werden kann.

Jetzt können Sie den Stecker an das Stromnetz anschließen.

Viel Spaß mit Ihrer Atropa Infrarotkabine!

3. BEDIENUNG DER INFRAROTKABINE

Bevor Sie Ihre Infrarotkabine in Betrieb nehmen können, müssen Sie sie an den Strom anschließen.

Bitte vergewissern Sie sich vorher, ob ihr System den Anforderungen der Infrarotkabine entspricht (230 Volt, Absicherung entsprechend der Leistung, etc.). Die notwendige Mindestabsicherung für die Infrarotkabine beträgt 13 Ampere. Weitere Verbraucher im selben Stromkreis sind jedoch zu beachten!

Bei Zweifel fragen Sie bitte Ihren Elektriker.

3.1. Einschalten / Ausschalten

Um ihre Kabine einzuschalten, drücken Sie die "Power" Taste einmal kurz. Ein akustisches Signal ertönt und das Display zeigt nun die aktuelle Temperatur und Zeit an, sowie den aktuellen Beleuchtungsstatus. Durch erneutes Drücken dieser Taste schaltet sich die Infrarotkabine wieder aus und ein längeres Signal ertönt.

3.2. Einstellen der Zeit

Durch betätigen der Tasten „+“ oder „-“ unter der Beschriftung "Zeit" können Sie die verbleibende Sitzungsdauer um eine Minute erhöhen oder verringern. Wird der Knopf gedrückt gehalten, verändert sich die Zeit schneller. Wenn Sie den Knopf länger als 2 Sekunden nicht betätigen, kehrt das Display wieder in den aktuellen Anzeigemodus und ihre neue verbleibende Sitzungsdauer ist gespeichert. Diese Einstellung wird auch beim nächsten Einschalten der Infrarotkabine angezeigt.
Während der Sitzung wird die Zeit Minute für Minute hinunter gezählt. Eine Minute bevor die Zeit abläuft ertönt ein kurzer Hinweiston, durch den Sie auf das bevorstehende automatische Ausschalten der Infrarotkabine aufmerksam gemacht werden.

3.3. Ändern der Temperatur

Das Einstellen der gewünschten Innentemperatur funktioniert ähnlich der Zeiteinstellung. Durch betätigen der Tasten „+“ oder „-“ unter der Beschriftung "Temperatur" können Sie die gewünschte Kabineninnentemperatur erhöhen oder senken. Wenn Sie den Knopf einmal drücken steigt bzw. sinkt die gewählte Temperatur um ein Grad Celsius und das Display zeigt neben der Temperatur „Set“ an. Wird der Knopf gedrückt gehalten, verändert sich die gewünschte Temperatur schneller. Wenn Sie den Knopf länger als 2 Sekunden nicht drücken, verschwindet die „Set“ Anzeige und die neue Temperatur ist gespeichert. Diese Einstellung wird auch beim nächsten Einschalten Ihrer Infrarotkabine angezeigt. Die Kabine erreicht wegen des Niedertemperatursystems eine maximale Lufttemperatur von etwa 45°C – 50°C, wodurch der Kreislauf geschont wird.

3.4. Intensitätssteuerung

In Ihrer Atropa Infrarotkabine haben Sie die Möglichkeit, die Intensität der Infrarotbestrahlung einzustellen. Damit erreichen Sie eine Verschiebung des Spektrums von IR-B zu IR-C Strahlen. Bei niedrigster Intensität ist jedoch kein Tiefenwärmeeffekt mehr vorhanden.

Um die Intensität der Infrarotbestrahlung zu ändern drücken Sie die Taste „Intensität“ einmal kurz. Am Display wird die aktuelle Intensität in Prozent angezeigt. Die Intensität lässt sich von 100% über 75% auf 50% regeln.

3.5. Leselicht

Um das Leselicht ein- bzw. auszuschalten drücken Sie kurz die Taste "Leselicht".

3.6. Infrarotstrahler einzeln einschalten / ausschalten

Jeder einzelne Infrarotstrahler kann je nach Bedarf eingeschaltet oder ausgeschaltet werden. Damit lässt sich nicht nur die Infrarotbestrahlung bestens individualisieren, sondern auch Strom sparen sowie die Lebenszeit der Strahler verlängern.

Drücken Sie dazu den kleinen schwarzen Schalter neben dem jeweiligen Infrarot- oder Wärmestrahler auf I oder auf O, um ihn einzuschalten oder auszuschalten.

3.7. Belüftung

Ihre Infrarotkabine ist mit einer Belüftung ausgestattet. Sie befindet sich am Dach, wobei die Lüftungsschlitze stufenlos geöffnet werden können. Der Belüftungsschieber ist Teil des Niedertemperatursystems und ermöglicht eine gleichbleibende Bestrahlung ohne dass die Kabineninnentemperatur übermäßig ansteigt. Alternativ können Sie auch stoßlüften, indem Sie die Glastür für einige Sekunden öffnen.

3.8. Farblicht (optional)

Ihre Infrarotsauna ist mit modernen LED-Farblichtlampen ausgestattet.

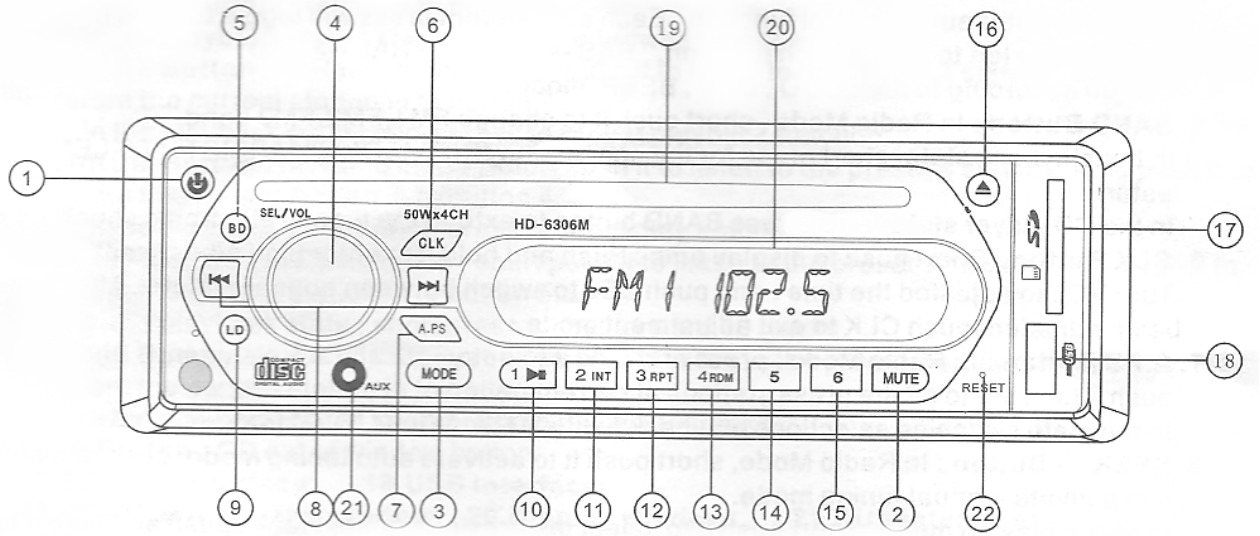
Die Farblichttherapie wird ganz einfach mittels Tastendruck auf dem Display innen und außen bedient. Mit der Taste „Farblicht“ können Sie zwischen den Farben umschalten und die Farblichttherapie wieder ausschalten. Das Display zeigt dabei die jeweilige Farbe mit einem Buchstaben an (R für rot, G für grün, B für blau). Mit den Mischfarben können insgesamt 6 unterschiedliche Farben eingestellt werden. Im Farbwechselmodus blinken die Buchstaben auf dem Display, die Farbe wird automatisch gewechselt.

Farben haben für den Menschen immer schon eine herausragende Rolle gespielt.
Den einzelnen Farben werden unterschiedliche Wirkungen zugeordnet, wobei die untenstehende Darstellung der Hauptfarben nur überblicksmäßig zu verstehen ist.

- Rot: belebt, aktiviert bei Trägheit und Energielosigkeit, belebend für Herz, Durchblutung und Atmung, wirkt positiv bei Gelenkserkrankungen und Rheuma, steigert das Wohlbefinden
- Gelb: motiviert, erheitert, hilft bei Trübsinn und erhöht die Lebensfreude, wirkt positiv bei Magen- und Darmproblemen
- Grün: beruhigt, entspannt, harmonisiert, wirkt positiv bei Stress und Kopfschmerzen
- Blau: besänftigt, regeneriert, hilft bei Schlafproblemen, Ängsten und Unruhen

Sollten Sie Interesse an der Beeinflussbarkeit der menschlichen Psyche durch Farben haben, können wir Ihnen gerne vertiefende Literatur empfehlen.

3.9. Radio (optional)



Taste	Allgemeine Bedienung
1	- Power Taste, - Schaltet das Gerät ein bzw. aus
2	- Mute Taste - Schaltet den Ton stumm bzw. wieder normal
3	- Mode Taste - Schalten zwischen den Modi um (Radio, USB, SD, AUX)
4	- Lautstärkerad - Nach Links bzw rechts drehen, um die Lautstärke zu verringern bzw. erhöhen. - Drücken, um die Klangeigenschaften zu ändern.
5	- Band Taste - Schaltet zwischen den FM Bändern um.
6	- Zeit Taste - Kurz drücken, um die Zeit anzuzeigen - Lang drücken, um die Uhrzeit einzustellen
7	- APS Taste - Im Radio Modus lang drücken, um den automatischen Senderspeicher zu aktivieren

8	- Seek Tasten - Ermöglicht die manuelle Sendersuche Radio Modus - Spielt den nächsten Track in CD, USB und SD Modus - Schneller Durchlauf bei längerem Tastendruck
9	- Loudness Taste - Hebt die Höhen und Tiefen an, um eine deutlichere Wiedergabe bei leiser Lautstärke zu gewährleisten
10	- Play/Pause Taste
11	- Initial Taste - Spielt die ersten 10 Sekunden jedes Tracks ab.
12	- Repeat Taste - Aktiviert die Wiederholungswiedergabe für den einzelnen Track oder den gesamten Tonträger
13	- Random Taste - Schaltet die Zufallswiedergabe ein bzw. aus
14	- + 10 Taste - Ermöglicht es, schnell um 10 Tracks vorwärts zu springen
15	- - 10 Taste
16	- Eject Taste - Ermöglicht das Auswerfen der CD
17	- SD Schacht
18	- USB Schacht
19	- CD Schacht
20	- Display
21	- AUX Eingang (3,5mm Klinkenstecker)
22	- Reset Taste

Radio hören:
Um Radio zu hören, drücken Sie bitte solange die Mode Taste (3), bis „Tuner“ angezeigt wird. Anschließend können Sie die gewünschte Frequenz mit den Seek Tasten (8) einstellen. Um einen Sender zu speichern, drücken Sie die Tasten (10) bis (15) einmal lang.

CD abspielen:
Um Tracks auf einer CD abzuspielen, drücken Sie bitte solange die Mode Taste (3), bis „CD“ angezeigt wird. Anschließend können Sie die gewünschten Tracks mit den Seek Tasten (8) anwählen. Um eine CD auszuwerfen drücken Sie die Eject Taste (16). Bitte beachten Sie, dass die Option nur zur Verfügung steht, wenn eine CD eingelegt und erkannt wurde.

USB abspielen:
Um Tracks auf einem USB Stick abzuspielen, drücken Sie bitte solange die Mode Taste (3), bis „USB“ angezeigt wird. Anschließend können Sie die gewünschten Tracks mit den Seek Tasten (8) anwählen. Bitte beachten Sie, dass die Option nur zur Verfügung steht, wenn ein USB Stick erkannt wurde.

SD abspielen:
Um Tracks auf einer SD Karte abzuspielen, drücken Sie bitte solange die Mode Taste (3), bis „SD“ angezeigt wird. Anschließend können Sie die gewünschten Tracks mit den Seek Tasten (8) anwählen. Bitte beachten Sie, dass die Option nur zur Verfügung steht, wenn eine SD Karte eingelegt und erkannt wurde.

AUX wiedergeben:
Um Audio von einer Externen Quelle wiederzugeben, die mittels Klinkenstecker angeschlossen wurde, drücken Sie bitte solange die Mode Taste (3), bis „AUX“ angezeigt wird.

3.10. Aromatherapie (optional)

Ätherische Öle schmeicheln unserem Geruchsinn, wir verwenden Sie zur Steigerung des Wohlbefindens und für unsere Gesundheit. Die verschiedenen Duftnoten setzten innere Energie und Inspiration frei.

Die Aromatherapie besteht aus einer Halterung aus Holz, einem Glasschälchen und einem ätherischen Öl. Die Halterung wird in einen Infrarot- oder Wärmestrahler eingehängt und ermöglicht durch die Erwärmung des Glasschälchens eine wunderbare Entfaltung der Düfte. Dazu werden einige Tropfen eines reinen ätherischen Öles mit ein wenig Wasser in die Glasschale gegeben.

4. PFLEGE UND WARTUNG

Die Pflege und Reinigung der Atropa Infrarotkabinen stellt keinen großen Aufwand dar. Generell empfehlen wir, in der Infrarotkabine ein Handtuch unter das Gesäß zu legen.

Die Reinigung der Infrarotkabine sollte mit einem feuchten Tuch erfolgen. Bitte verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, da diese das Holz angreifen oder sogar Flecken hinterlassen können. Reinigen Sie bitte die getönte Glastür sowie die getönten Fenster ebenfalls nur mit einem feuchten Tuch.

Sie haben bei naturbelassenem Holz die Möglichkeit, im Laufe der Zeit oder durch Versehen entstandene Flecken ganz einfach zu entfernen, damit die Infrarotkabine auch nach langer Zeit in neuem Glanz erstrahlt. Dazu bearbeiten Sie die betroffenen Stellen mit einem feinkörnigen Schleifpapier, welches Sie in jedem Baumarkt günstig erwerben können (Körnung 180 bis 200). Arbeiten Sie dabei bitte immer nur in Richtung der Holzmaserung, nicht quer dazu.

5. ANWENDUNGSPLAN UND TIPPS

- Lassen Sie Ihren Tag mit einem Gang in Ihre Infrarotkabine ausklingen. Sie können von der entspannenden und beruhigenden Wirkung der Infrarotkabine vor dem Schlafengehen profitieren. Der entspannte und erholte Zustand, der dadurch hervorgerufen wird, hilft ihnen, tiefer und besser zu schlafen.
- Nehmen Sie vor der Sitzung eine Dusche, um intensiver zu schwitzen und sich wohler zu fühlen. Das öffnet nicht nur die Poren und ermöglicht ein intensiveres Schwitzen, sondern vermeidet auch eine schnelle Überhitzung des Körpers.
- Trinken Sie vor, während und nach der Sitzung ausreichend Flüssigkeit, um ihren Wasserhaushalt auszugleichen und ein Dehydrieren zu vermeiden.
- Wenn Sie zuvor noch keine Erfahrungen mit Infrarotkabinen gesammelt haben, empfehlen wir, zunächst bei max. 45°C nicht länger als 15 Minuten in der Infrarotkabine zu bleiben und die Intensität und Nutzungsdauer von Sitzung zu Sitzung langsam zu erhöhen. Regeln Sie die Temperatur und Dauer so, dass Sie sich wohl fühlen. Nutzen Sie dazu auch den Lüftungsschieber oder lüften Sie zwischendurch durch kurzes Öffnen der Tür.
- Benutzen Sie stets zwei Handtücher. Breiten Sie eines auf dem Boden aus und setzen Sie sich auf das zweite.
- Bei ersten Anzeichen einer Erkältung können sich mehrmalige Sitzungen positiv auswirken, da sie das Immunsystem stärken und die Vermehrung von Krankheitserregern verringern. Bei akuter Krankheit sollten Sie die Infrarotkabine jedoch nicht benützen.
- Um Schmerzen zu mindern und Muskeln zu lockern, massieren sie die betroffene Stelle während den Sitzungen.

- Nach der Sitzung werden Sie noch einige Zeit nachschwitzen. Gehen Sie daher nicht sofort unter die Dusche. Bleiben Sie noch eine Weile (eventuell mit offener Tür) in der Infrarotkabine sitzen und warten Sie ein wenig. Wenn Sie sich gut genug fühlen, nehmen Sie eine warme oder kalte Dusche.

5.5. Therapieplan

In der nachstehenden Tabelle handelt es sich lediglich um Empfehlungen zur Nutzung der Infrarotkabine, die je nach Bedürfnis variieren können. Je nach Hauttyp, Gewohnheit und Tagesverfassung kann die angegebene Intensität als zu intensiv empfunden werden, in diesem Fall reduzieren Sie die Intensität bitte um eine Stufe. Im Zweifel sprechen Sie bitte mit Ihren Arzt oder Therapeuten. Je nach Umgebungstemperatur und Modell kann es zur unterschiedlichen Vorheizzeiten kommen (5 bis 20 Minuten). Bitte heizen Sie vor der Anwendung auf etwa 25°C - 30°C vor.

Anwendung	Intensität	Max. Temp.	Dauer	Intervall
Entgiften/Entschlacken	15 Minuten auf 100% 15 Minuten auf 75%	55°C	30 Min.	2 x pro Woche
Behandlung von Gelenksproblemen	100%	40 °C	20 Min.	jeden 2.Tag
Aufwärmen vor dem Sport	50%	45°C	10 Min.	jeden Tag
Cellulite	100%	45°C	25 Min.	2 bis 3 x pro Woche
Bronchien	100%	50°C	15 Min.	jeden 2. Tag
Muskelentspannung	20 Min. 75% 10 Min. 50%	40°C	30 Min.	jeden Tag
Erkältung (Vorbeugung)	75%	45°C	20 Min.	mind. 1 x pro Woche
Kalorien reduzieren	50%	55°C	45 Min.	jeden 2. Tag
Wirbelsäule	100%	40°C	15 Min	jeden Tag

6. SICHERHEITSBESTIMMUNGEN UND HINWEISE

Lesen Sie die Instruktionen sorgfältig durch, bevor Sie die Infrarotkabine benutzen.

Legen oder stellen Sie keine Gegenstände in oder auf die Infrarotkabine, decken Sie sie von außen nicht ab und isolieren Sie sie nicht zusätzlich.

- Vergewissern Sie sich, dass die Stromversorgung den Anforderungen der Infrarotkabine entspricht.
- Personen mit geringen Schmerzempfinden sollten die Infrarotkabine nur nach Absprache mit Ihrem Arzt nutzen.
- Bei Auftreten von Schmerzen, sei es von der Hitze oder sonst einen Grund, wird geraten, sofort die Sitzung zu unterbrechen.
- Bewegen Sie sich vor und nach der Sitzung vorsichtig.
- Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr vor, nach und gegebenenfalls auch während den Sitzungen. Bleiben Sie nicht länger als 45 Minuten ohne Unterbrechung in der Infrarotkabine.
- Sollten Sie während einer Sitzung ein Schwindelgefühl spüren, so öffnen Sie bitte zunächst für einige Minuten die Türe, um Frischluft hereinzulassen, und stehen erst auf, wenn das Schwindelgefühl nachlässt.
- Achten Sie unbedingt darauf, dass weder Haare, Handtuch oder sonstige Dinge durch die Öffnungen der roten Beflockung der Infrarotstrahler in die Nähe des Strahlerstabes gelangen (Verbrennungsgefahr). Generell dürfen keine Dinge den Strahlerstab berühren oder in unmittelbare Nähe gelangen.
- Schlafen Sie nicht in der Infrarotkabine, wenn diese eingeschaltet ist.
- Sofort nach einer Sitzung sollten Sie sich nicht anstrengend körperlich betätigen. Warten sie mindestens 30 Minuten, damit ihr Körper abkühlen kann.
- Hyperthermie-Gefahr (Überhitzung): die normale Körpertemperatur darf nicht über 39°C (103°F) ansteigen. Symptome einer übermäßigen Hyperthermie umfassen Schwindelgefühl, Antriebslosigkeit, Schläfrigkeit und Ohnmachtsanfälle. Das kann dazu führen, dass Sie die Wärme nicht richtig einschätzen können und sich der Gefahr nicht bewusst sind.
- Die Einnahme von Alkohol, Drogen oder Medikamenten vor oder während oder vor der Benutzung der Infrarotkabine kann zu ernsthaften Verletzungen oder Schäden führen. Daher wird strengstens davon abgeraten!
- Menschen, die an Fettleibigkeit oder einer Herzkrankheit leiden, die hohen oder niedrigen Blutdruck haben, die ein Kreislaufproblem, oder Diabetes haben, sollten vor der Benutzung einer Infrarotkabine ihren Arzt konsultieren.
- Menschen, die Medikamente einnehmen, sollten vor der Benutzung einer Infrarotkabine ihren Arzt konsultieren.
- Sollten Sie Gesundheitsprobleme haben, so konsultieren Sie bitte vor Benützung der Infrarotkabine Ihren Arzt.
- Benutzen Sie die Infrarotkabine nicht, wenn Sie Verbrennungen, offene Wunden, Augenprobleme etc. haben.

- Schwangere Frauen sollten vor der Nutzung ihren Arzt kontaktieren. Übermäßig hohe Temperaturen können in den ersten Schwangerschaftsmonaten dem Fötus schaden.
- Kinder sollten die Infrarotkabine nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen.
- Kranken und schwachen Personen, sowie Personen, welche höhere Temperaturen nicht vertragen, wird von der Benützung einer Infrarotkabine abgeraten.
- Berühren Sie keine heißen Teile wie z.B. die Leselampe. Achten Sie vor dem Wechseln der Leselampe darauf, diese abgekühlt ist und der Stromstecker vom Netz getrennt wurde.
- Stellen Sie die Kabine nicht im Freien auf. Sollten Sie Bedenken bezüglich des Aufstellortes haben, so kontaktieren Sie bitte uns.
- Vermeiden Sie generell, dass die Infrarotstrahler sowie sonstige Elektronikteile mit Wasser in Berührung kommen.
- Verwenden Sie die Infrarotkabine nicht während eines Gewitters, um das Risiko von Schäden zu vermeiden.
- Legen Sie keine brennbaren Materialien in die unmittelbare Nähe der Strahler, um Brandgefahr zu vermeiden.
- Das Stromkabel sollte so verlegt werden, dass nichts Schweres darauf liegt oder steht und dass man nicht darüber stolpert.
- Falls das Stromkabel beschädigt wird, muss es sofort von einer zuständigen Fachperson getauscht werden. Wird das Stromkabel unüblich warm, könnte eine technische Störung vorliegen. Stecken Sie in diesem Fall die Infrarotkabine aus und kontaktieren Sie uns, um Schäden zu vermeiden.
- Nicht zugelassene Ersatzteile können zu Feuer, Elektroschock, oder anderen Schäden führen.
- Es dürfen keine nicht zugelassenen Zusatzgeräte (wie z.B. Vernebler, Heizlüfter, etc.) in bzw. im Zusammenhang mit der Infrarotkabine verwendet werden. Durch den Einsatz solcher Geräte verfallen alle Garantie-, Gewährleistungs- und Haftungsansprüche.
- Bedenken Sie stets, dass es sich bei der Infrarotkabine um ein elektronisches Gerät handelt und seien Sie dementsprechend vorsichtig. Trocknen Sie ihre Hände, bevor Sie den Stromstecker ein- oder ausstecken.
- Unternehmen Sie keinen Versuch, Reparaturen ohne vorige Rücksprache selbst durchzuführen. Durch ungenehmigte Reparaturversuche verfällt die Garantie.

7. FEHLERBEHEBUNG

Problem	Mögliche Ursache	Fehlerbehebung
Radio funktioniert, aber CD lässt sich nicht einschieben	Es befinden sich noch die Transportsicherungen im Radio.	Bitte entfernen Sie oberhalb des Radios die zwei Schrauben mit Hilfe eines kleinen Schraubendrehers. Siehe Punkt 2.3.7.
Das Radiogerät lässt sich nicht einschalten	Steckverbindung getrennt.	Überprüfen Sie, ob die Steckverbindungen mit dem Radio verbunden sind.
	Radio defekt.	Kontaktieren Sie bitte unseren Kundendienst.
Kabine lässt sich nicht einschalten	Die Infrarotkabine ist nicht an die Steckdose angeschlossen.	Verbinden Sie den Netzstecker mit der Steckdose.
	Netzstecker ist angeschlossen, aber die LED am Display leuchtet nicht.	Überprüfen Sie die Steckverbindung des Displays am Dach, ob diese korrekt verbunden ist.
	Leuchtet beim Display die kleine LED, aber die Infrarotkabine lässt sich trotzdem nicht einschalten?	Trennen Sie die Infrarotkabine vom Strom, warten Sie eine Minute, stecken Sie den Netzstecker wieder an die Steckdose und schalten Sie die Infrarotkabine ein. Sollte die Infrarotkabine weiterhin nicht funktionieren, kontaktieren Sie bitte unseren Kundendienst.
Infrarotstrahler funktioniert nicht	Ein / Ausschalter auf „0“ geschalten.	Betätigen Sie den Schalter des jeweiligen Strahlers auf „1“
	Steckverbindung am Dach nicht verbunden.	Überprüfen Sie die Steckverbindungen am Dach.
	Infrarotstrahler defekt.	Infrarotstrahler tauschen. Bitte kontaktieren Sie unseren Kundendienst.
Leselicht funktioniert nicht	Leuchtmittel defekt.	Halogenlampe defekt. Ersatzleuchten erhalten Sie bei unseren Kundendienst.
	Steckverbindungen getrennt oder locker.	Überprüfen Sie ob die Steckverbinder am Dach korrekt verbunden sind.
Farblicht lässt sich nicht einschalten	Farb-LED defekt.	Sollte nur eine LED nicht funktionieren, ist wahrscheinlich die Lampe

		selbst defekt. Ersatzfarblichter erhalten Sie beim Kundendienst. Sollten mehrere Farblichter nicht funktionieren, sind womöglich die Steckverbindungen nicht richtig verbunden. Kontrollieren Sie die Steckverbinder oder kontaktieren Sie unseren Kundendienst.
Display zeigt maximal 10° C an	Kabel nicht korrekt verbunden.	Überprüfen Sie das Verbindungskabel zwischen dem Temperatursensor und der Steuereinheit am Dach der Infrarotkabine.
	Temperatursensor defekt.	Kontaktieren Sie bitte unseren Kundendienst.
Display leuchtet, zeigt aber kein Symbol an	CPU benötigt Reset.	Bitte trennen Sie die Infrarotkabine vom Strom, warten Sie eine Minute und stecken Sie sie wieder an.
	Display oder Steuereinheit defekt.	Bitte kontaktieren Sie unseren Kundendienst.
Tür schließt nicht richtig beziehungsweise streift am Rahmen	Tür ist nicht richtig eingestellt.	Tür muss justiert werden. Siehe Punkt 2.3.6
Die Infrarotkabine braucht lange, um die gewünschte Lufttemperatur zu erreichen.	Intensität auf 75% oder 50%.	Stellen Sie am Anfang im Vorheizvorgang die Intensität immer auf 100%.
	Strahler abgeschaltet.	Schalten Sie beim Vorheizvorgang alle Schalter der Infrarotstrahler auf „1“.
	Bitte beachten Sie, dass die Infrarotkabine generell länger als 15 Minuten benötigt, um die Infrarotkabine auf die voreingestellte Lufttemperatur aufzuheizen.	

8. TECHNISCHE DATEN

	AT Relax 1 L und R
Holzart	Kanadische weiße Zeder, Vollholz
Anzahl Personen	1 - 2
Abmessungen in cm	183(Breite) x 133(Tiefe) x 192 (Höhe) cm
Leistung (Watt)	Ca. 2300 W
Art der Strahler	Solis® Tiefenwärmestrahler, CarboSens® Flächenstrahler
Infrarotstrahlerkonzept	2 Therapiestrahler im Rückenbereich, 2 Schulterstrahler, 1 Wadenstrahler, 1 Fußwärmematten, 2 Flächenstrahler, alle einzeln abschaltbar
Stromanschluss	230 V (gewöhnliche Haushaltssteckdose)
Bedienung	Steuerung von innen und außen, LCD
Aufbau	Doppelwandige Konstruktion, schnelle und einfache Montage
Sitzbank	Ergonomisch geformte Liege, ein Sitz mit ergonomischer Rückenlehne
Temperaturbereich	Von 25° C bis max. 55° C
Belüftung	Niedertemperatursystem, Lüftungsschieber
Tür	Gehärtetes Sicherheitsglas, Vollglas bronziert
Türgriff	Stabiler Vollholzgriff
Vorheizzeit	Ca. 5 – 7 Minuten, je nach Raumtemperatur
Leselicht	2 Halogen Spots
Scharniere	AT Qualitätsscharniere
Qualitätssiegel	AIT Seibersdorf, GS, Muster, Patent, CE (TÜV)

Das Atropa Wellness Team wünscht Ihnen viel Freude und Wohlbefinden mit Ihrer Infrarotkabine.